

Prvé 3 dni (počiatočná fáza)	4. deň	Kratšia doba adaptácie	Dlhšia doba adaptácie	Stabilizačná fáza	Záverečná fáza
Matka alebo otec príde s dieťaťom do MŠ (ak je to možné, tak vždy v rovnaký čas), zostane asi 1 hodinu s dieťaťom v triede a následne zase odchádzajú spoločne domov. Rodič • skôr pasívny • nenalieha na dieťa, aby sa od neho vzdialilo • akceptuje, že dieťa vyhľadáva jeho blízkosť, jeho úlohou je „byť bezpečným prístavom“ • ak je to možné, tak si rodič nečíta ani sa nehrá s iným dieťaťom. Dieťa musí mať pocit, že pozornosť jeho rodiča je mu kedykoľvek k dispozícii Učiteľ • je opatrný, nenalieha na nadviazanie kontaktu s dieťaťom. Môže mu ponúkať hračky alebo sa s ním zapojiť do hry • pozoruje správanie rodiča a dieťaťa, nesnaží sa ich oddeliť.	Cieľom 4. dňa je predbežne rozhodnúť o dĺžke adaptácie. Pár minút po vstupe do triedy sa rodič s dieťaťom rozlúči, miestnosť opustí a zostane nablízku. Reakcie detí na odchod rodiča sú meradlom pre pokračovanie alebo prerušenie tohto pokusu o odlúčenie. • Odlúčenie trvá maximálne 30 minút. To platí i v prípade, že dieťa začne plakať, ale rýchlo a natrvalo sa nechá utíšiť učiteľom. • Pokiaľ dieťa po odchode rodiča pôsobí rozrušene, vystrašene, sklúčene alebo začne plakať a je neutíšiteľné, je potrebné rodiča ihneď privolať.	Poznámka pre učiteľov: Pokusy dieťaťa vyrovnať sa samostatne so záťažovou situáciou a neobracať sa pritom na rodiča (prípadne až odmietanie kontaktu s rodičom) hovoria za kratšiu adaptačnú dobu, a to približne 6 dní.	Poznámka pre učiteľov: Častý očný a telesný kontakt s rodičom a silná túžba po jeho návrate pri pokuse o odlúčenie 4. deň sú známkou nutnosti dlhšieho adaptačného obdobia, cca 2-3 týždne. S ďalším pokusom o odlúčenie je potrebné niekoľko dní počkať.	Od 4. dňa sa pokúšame o nasledujúce kroky: • učiteľ prevezme od rodiča starostlivosť o dieťa • rodič necháva stále častejšie učiteľa reagovať na signály dieťaťa a pomáha mu iba v prípade, že dieťa učiteľa ešte neakceptuje. Pokiaľ sa dieťa pri pokuse o odlúčenie 4. deň nechalo utešiť učiteľom, je dĺžka odlúčenia 5. deň predĺžená. 5. a 6. deň je nevyhnutná prítomnosť rodiča v MŠ, aby mohol byť v prípade potreby privolaný do triedy. Pokiaľ je nemožné dieťa 4. deň utíšiť, mal by sa rodič 5. a 6. deň naďalej zúčastňovať diania v triede. 7. deň potom podľa stavu dieťaťa podnikneme nový pokus o odlúčenie.	Rodič sa už v MŠ nezdržiava. Je však zastihnuteľný pre prípad, že by dieťa výnimočne potrebovalo jeho podporu. • adaptácia je ukončená, keď dieťa akceptuje učiteľa ako „bezpečnú základňu“ a nechá sa od neho utešiť. • Tak to je napríklad aj v prípade, keď dieťa protestuje proti odchodu rodiča, avšak nechá sa učiteľom rýchlo utešiť a v dobrej nálade sa hraje.

Adaptačný plán pre dieťa podľa Berlínskeho modelu (V adaptačnej fáze by dieťa malo MŠ navštevovať pokiaľ možné maximálne na pol dňa.)